

Waar speelt de verslaving zich af? Een ontwikkelingsmodel

Tsafra van Uiter-Levy *

Ingezonden

Aan psychologische ontwikkelingsmodellen is in de psychologie geen gebrek. Toch mis ik het ontwikkelingsperspectief in wetenschappelijke publicaties over verslaving; het complexe ziektebeeld dat meer is dan het verslavingsgedrag sec en dat vaak in interactie staat met comorbide, psychische problemen. In het ontwikkelingsmodel van de psyche van de Israëlische klinisch psycholoog Yoav Ygaël (2011, 2010) vind ik een begrippenkader dat mijn kijk op verslaving en de behandeling van verslaafde personen verrijkt.

Ygaël begint met een axioma: levende systemen hebben 'interesse' in hun voortbestaan en zetten - binnen belangrijke randvoorwaarden - alle beschikbare middelen in om zichzelf in een veranderlijke omgeving te behouden, onderhouden, reguleren, representeren en reproduceren. De ontwikkeling van soorten (fylogenese) en individuen (ontogenese) is er het gevolg van; beide beginnen op basaal biologisch niveau en bereiken hogere, complexe, psychische niveaus. Een 'hogere' niveau betekent een nieuwe wijze van interne organisatie, representatie en aansturing van het systeem. Het hogere ontwikkelniveau 'leest' (ofwel neemt signalen waar) en verwerkt informatie uit de lagere niveaus. Bij een normale ontwikkeling domineert het hoogste ontwikkelniveau over lagere niveaus, stuurt aan en bepaalt het uiteindelijke gedrag.

Ygaël onderscheidt negen ontwikkelniveaus van levende systemen:

- 1 primitief en somatisch;
- 2 zenuwstelsel en hersenen;
- 3 beleefde sensatie (hier plaatst hij het begin van de psyche; vanaf dat niveau ontwikkelt het subject zijn besef van zichzelf);

* Drs. T. van Uiter-Levy is klinisch psycholoog en psychotherapeut bij de polikliniek van Verslavingszorg Noord Nederland te Groningen. E-mail: t.vanuitert@vnn.nl.

- 4 emoties (ofwel emotionele reacties op waarnemingen in de buitenwereld);
- 5 gevoelens (ofwel emotionele reacties op waarnemingen in de binnenwereld);
- 6 cognities en taal (hier trekt hij de scheidingslijn tussen mens en dier);
- 7 formele notatiesystemen (schrift, wiskunde);
- 8 zelfcognities en zelfreflectie;
- 9 denken over de volgende evolutionaire fase.

In de normale psychische ontwikkeling maakt het subject zich steeds losser van de aansturing door het lichaam en de sociale omgeving. We ontwikkelen psychische autonomie, terwijl het lichaam en de sociale omgeving deel blijven uitmaken van ons. Inzoomen op elk ontwikkelniveau brengt meer ontwikkelstappen aan het licht, bijvoorbeeld de ontwikkeling van concreet naar abstract denken op het zesde ontwikkelniveau. Tot en met het vierde ontwikkelniveau zijn reflexen de handelmodus en is het leren geconditioneerd-associatief, zonder bemiddeling van het bewust denken. Pas in de volgende ontwikkelniveaus komt het bewust denken, bewust leren, overdenken en plannen geleidelijk in beeld. Eerder kan er ook geen sprake zijn van bewuste, innerlijke conflicten en bewuste keuzen in iemands leven.

Ygaël behandelt in zijn eigen praktijk geen verslaafde personen en heeft zich op geen enkele manier uitgelaten over verslaving, maar de voorgaande zin vind ik van klinisch belang in het werk met verslaafde personen, aangezien verslavingsgedrag sec door het ontwikkelniveau van de sensaties wordt aangestuurd, met de daarbij horende handelmodus (reflexen).

Ik maak onderscheid tussen verslaving als complex ziektebeeld - waarin de persoon in zijn geheel, bestaand uit verschillende ontwikkelniveaus, worstelt met verslaving en comorbide problemen - en verslavingsgedrag sec, met toenemende tolerantie voor het middel, ontweningsverschijnselen, trek en terugval, ontremd gebruik, dwanggedachten aan het middel of de gewoonte. In het verslavingsgedrag sec zien we volwassenen aangestuurd als baby's door sensaties van onbehagen, trek, onrust, gemis aan warmte, uitputting, zonder bemiddeling van hun verstand, taal of zelfreflectie. Deze 'val' (regressie) wordt via conditionering en associaties op het niveau van de sensaties in het verslavingsgeheugen verankerd. Verstoringen op hogere ontwikkelniveaus - zoals ondraaglijke emoties, gevoelens van onzekerheid of ver-

tekende (zelf)cognities - kunnen een terugval naar dat niveau triggeren. Wanneer de hogere ontwikkelniveaus het leed niet aankunnen, nemen lagere ontwikkelniveaus het stuur over.

Naast hun verslavingsgedrag sec kunnen verslaafde personen op hogere ontwikkelniveaus functioneren (school, werk, relaties, gezin).

Dat kunnen ze meestal al voordat ze verslaafd raken. Toch zorgt een verstoorde sociaal-emotionele ontwikkeling ervoor dat de aansturing door hogere ontwikkelniveaus niet blijvend dominant is. Verslaafde personen zijn dan tegen beter weten in verslaafd. Vervolgens is hun verslaving een sta-in-de-weg voor de verdere ontwikkeling.

In de behandeling spreken we de hogere ontwikkelniveaus waar mogelijk aan, onderhandelen met ze, vergroten hun psychische ruimte, versterken ze tot ze het verslavingsgedrag sec aan banden leggen en de comorbide psychische problemen het hoofd bieden. In samenspraak kan dan ook worden gekozen voor methoden die op de lagere ontwikkelniveaus ingrijpen (zoals psychofarmaca). Het doel van de behandeling van verslaafde personen is herstel van de dominantie en aansturing door hogere psychische ontwikkelniveaus, passend bij volwassen autonomie, verstand en verantwoordelijkheid. Lukt dat niet, dan passen de behandelaars het doel aan het lagere ontwikkelniveau aan - dat dominant blijft - en kan gekozen worden voor beperking van schade (bijvoorbeeld door methadonverstrekking).

Voor de gefaseerde behandeling van verslaafde personen gebruik ik brand als metafoor. Wanneer de brand (de verslaving) is gesignaleerd, roepen getroffen en opmerkelijke buitenstaanders hulp in. De brand wordt geblust (verslaving onder controle), waarna het sporenonderzoek begint (verdere diagnostiek en aandacht voor comorbide problemen). Verbouwing en renovatie volgen, brandgevoelige plekken worden versterkt, rookmelders worden aangebracht (verdere behandeling van de persoon met verschillende behandelmethoden, zoals psychotherapie).

In mijn werk als psychotherapeut met (ex-)verslaafde personen heb ik gemerkt dat uitleg aan de hand van dit ontwikkelingsmodel cliënten aanspreekt en verder helpt. Ik zie het als voeding voor hun hogere ontwikkelniveaus. Zo was er een man die zijn depressie, alcohol- en cannabisverslaving na een jaar psychotherapie had overwonnen, maar niet zijn nicotineverslaving. Toen ik met dit ontwikkelingsmodel kwam, was zijn persoonlijke geschiedenis voldoende begrepen en verwerkt. Het toegevoegde inzicht, dat zijn nicotineverslaving vanuit het ontwikkelniveau van de sensaties ('de baby in de wieg') werd aan-

gestuurd, ongevoelig voor bemiddeling door de rede, was op dat moment genoeg om het roken (na ruim dertig jaar) van de ene op de ander dag te laten.

Om de uitleg aan cliënten niet al te ingewikkeld te maken, raadden collega's mij aan verschillende ontwikkelniveaus samen te voegen: het eerste met het tweede (lichaam en hersenen), het vierde met het vijfde (emoties en gevoelens), het zesde met het zevende (cognities, taal en formele notatiesystemen) en het achtste met het negende (zelfreflectie en denken aan 'toekomstmuziek'). We houden zo een ontwikkelingsmodel met vijf niveaus over. Uitzoomen en inzoomen op ontwikkelniveaus is mogelijk bij dit model, al naar gelang het doel dat men voor ogen heeft.

Voegt dit ontwikkelingsmodel iets toe aan wat we al weten? Ik vind van wel. Het biedt:

- een elegante uitleg over de complexiteit van verslaving (die ik van verslavingsgedrag sec onderscheid);
- verklarende begrippen die dicht bij de spreektaal liggen;
- een heldere definitie van het behandeldoel;
- ruimte om te fantaseren over de volgende evolutionaire fase - zoals het genetisch gemanipuleerde lichaam (en de psyche) van de cyborg - om verslaving te voorkomen.

Literatuur

Ygaël, Y. (2011). *Anatomia hitpathutit shel hanefesh* [Ontwikkelanatomie van de psyche]. Tel-Aviv: Hakibbutz Hameuchad Publishing House.

Raufman, R. & Ygaël, Y. (2010). Feeling good in your own skin, Pt. I. Primary levels of mental organization. *American Journal of Psychoanalysis*, 70, 361-385.

Yigael, Y. (2006). Advanced development and the evolution of the internal environment. *Scientific Inquiry*, 7, 63-81.